

## Меню приготавливаемых блюд

садик 11.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 3</b>							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная мол с маслом слив	200	7.24	7.90	29.86	219.2	11/4
	Чай с молоком	200	3.46	3.68	15.38	106.96	12/10
	батон нарезной	20	1.50	0.58	10.28	52.4	6/13
	масло сливочное (порциями)	5	0.04	3.62	0.06	33.05	7/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>425</b>	<b>12.24</b>	<b>15.78</b>	<b>55.58</b>	<b>411.61</b>	
10:00	яблоко	100	0.28	0.28	6.86	32.9	10
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0.28</b>	<b>0.28</b>	<b>6.86</b>	<b>32.9</b>	
ОБЕД	Салат из отв картоф св огурц и раст м	60	1.00	2.18	7.25	52.73	31/1
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	3.46	4.80	9.32	94.88	6/2
	Каша гречневая рассыпч с овощами	130	4.61	3.77	27.82	151.84	44/3
	Бефстроганов из кури	60	12.44	13.81	4.10	190.78	7/8
	Хлеб пшеничный (Валетек В)	30	1.98	0.27	11.40	59.7	1
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	2
	Компот из сухофруктов	200	0.38	0.08	16.32	64.9	6/10
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>25.19</b>	<b>25.15</b>	<b>82.89</b>	<b>649.63</b>	
ПОЛДНИК	Омлет запеченный или паровой	80	8.82	9.78	2.30	132.58	2/6
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	Какао с молоком	200	4.42	4.28	13.80	110.88	14/10
	пирожки печеные с картофелем	35	2.95	2.49	18.16	106.71	32/12
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>325</b>	<b>16.94</b>	<b>16.84</b>	<b>39.40</b>	<b>376.37</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1550</b>	<b>54.65</b>	<b>58.05</b>	<b>184.73</b>	<b>1470.5</b>	